

DOSIER DE PRENSA

MONIA PRESTA
**TU CEREBRO
EMOCIONAL**
SACA PARTIDO DE LO QUE
SIENTES Y TRANSFORMA TU VIDA



RBA

“TU CEREBRO EMOCIONAL”

Monia Presta

Temática:	Psicología, Autoconocimiento
Encuadernación:	Rústica
Tamaño:	14 x 21,3 cm
Núm. de pág.:	320
ISBN:	9788491879558
Precio:	20,00€

- Prólogo de Francesc Miralles -

El 30 de mayo presentará el libro en La Casa del Libro de Rambla de Catalunya

SINOPSIS

Las emociones no son negativas ni positivas. Simplemente están ahí. En esta obra, la psicóloga Monia Presta te introduce en su funcionamiento y te muestra que son tus aliadas. Si las aceptas, ellas te guiarán para tomar las decisiones correctas.

Con su Terapia Integradora Estratégica, el método TIE, la autora te proporciona herramientas psicológicas y ejercicios psicofísicos prácticos para **comprender tus emociones y sentirlas con naturalidad**.

Con un estilo cercano y personal, Monia Presta cuenta su experiencia profesional, sus heridas y progresos emocionales a través de un viaje entre Barcelona y Cadaqués. A medida que hace cambios en su vida, te enseña cómo sus pacientes evolucionan y alcanzan el bienestar psicofísico.

En esta obra vas a descubrir cómo funciona tu cerebro emocional a nivel neurocientífico, y cómo gestionar tus emociones para transformar tu vida y ser una persona feliz, libre y empoderada.



LA AUTORA

MONIA PRESTA es psicóloga clínica especializada en gestión emocional, neurociencias, psicofisiología clínica, sexología y terapia de pareja. Ha alcanzado su prestigio al crear el método TIE, un método práctico para solucionar los problemas psicológicos de manera rápida. Ha ayudado a miles de personas en su centro de psicología, en Barcelona, con sesiones presenciales, sesiones *online* y formaciones grupales. También ha formado a centenares de psicólogos en másteres y posgrados oficiales universitarios de la UNED, la UOC y la UDG. Es pionera de la teatroterapia en España. Divulgadora y conferenciante, colabora con medios de comunicación (TVE, TV3, Catalunya Ràdio, RNE o *La Vanguardia* entre otros). Es también autora de *Apláudete a ti mismo*.



Para concertar una entrevista con Monia Presta, no dudes en contactarnos.

¡Que tengas un buen día!

Bibiana Ripol - 93 368 84 66 - 607 71 24 08 - bibiana@ripol.es

Alison Segarra - 615 19 46 49 - prensa@bibianaripol.com

